

کوکوسیب زمینی قندی اصفهانی



تعداد نفرات
۵ نفر

مناسب همه افراد به جز دیابتی ها
یک ساعت پخت

کوکو قندی جزو غذاهای اصیل اصفهانی است. کوکو قندی، طعم شیرینی دارد و در تهیه آن از شکر استفاده می‌شود؛ به همین دلیل افرادی که مبتلا به دیابت هستند باید در خوردن آن احتیاط کنند. این کوکو را می‌توان به عنوان دسر یا پیش‌غذای سبک سرو کرد.

مواد لازم

- سیب زمینی: ۳ عدد بزرگ
- تخم مرغ: ۶ عدد
- زعفران دم‌کرده: یک قاشق غذاخوری
- پودر هل: یک قاشق چایخوری
- شکر: ۴ قاشق غذاخوری
- پودر یا عصاره وانیل: به میزان لازم
- روغن سرخ‌کردنی: به میزان لازم
- مواد لازم برای شهد: آب: ۵۰ گرم، گلاب: ۱۰۰ گرم، شکر: ۳۰۰ گرم، زعفران و پودر هل: به میزان لازم

روش تهیه

۱. در قابلمه مناسب شکر و آب را مخلوط کنید.
۲. قابلمه را روی شعله متوسط گاز بگذارید و مدام هم بزنید تا بجوشد و شکر کاملا در آب حل شود.
۳. گلاب، زعفران دم‌کرده و پودر هل را در شهد بریزید و منتظر بمانید تا شهد برای ۱۰ دقیقه دیگر بجوشد سپس گاز را خاموش کنید و اجازه دهید تا شهد خنک شود.

آماده‌سازی کوکو:

۱. سیب زمینی‌ها را آب‌پز کنید. پس از خنک شدن پوست آنها را بکنید و ریز رنده کرده یا با گوشتکوب به خوبی له کنید.
۲. تخم مرغ‌ها را با شکر، عصاره و وانیل، زعفران و پودر هل در یک کاسه مخلوط کنید و با همزن برقی هم بزنید تا کرم‌رنگ و کشدار شوند.
۳. مایه تخم‌مرغی را کم کم به سیب زمینی‌های له‌شده بیفزایید و خوب هم بزنید تا کاملا یکدست شوند سپس ۴ قاشق غذاخوری از شهد سرد شده را در مایه کوکو بریزید و مخلوط کنید.
۴. ماهیتابه را روی شعله گاز بگذارید تا گرم شود. سپس کمی روغن در آن بریزید تا داغ شود. مایه کوکو قندی را در روغن داغ بریزید و ۲ سمت آن را خوب سرخ کنید سپس آن را به شکل دلخواه برش بزنید و در ظرف سرو بچینید. بقیه شهد را روی کوکو قندی بریزید و اجازه دهید برای ۱۰ دقیقه تا شهد به خورد کوکو برود.

نکته

کوکو قندی اصفهانی را می‌توان در فریزر درست کرد. برای این کار پس از چرب کردن قالب مورد نظر مایه کوکو را در قالب بریزید و برای مدت ۴۵ دقیقه در فریزر قبل گرم شده با دمای ۱۹۰ درجه قرار دهید.

ترفندهایی برای پخت انواع کوکوسیب زمینی در خانه سرخ‌کن و سفره را پهن کن

مهدیه تقوی‌راد
کوکو در آشپزی ایرانی از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. به انواع و اشکال مختلف هم پخته می‌شود چون روش تهیه ساده‌ای دارد و به سرعت آماده می‌شود. ماده اصلی کوکو تخم‌مرغ است و در طیف انواع مختلف این غذا از سبزی، پیاز، سیر، فلفل دلمه‌ای، قارچ، سیب زمینی و ادویه می‌توانید استفاده کنید. دستور پخت چند نوع کوکو سیب زمینی ساده، جذاب و کم‌هزینه را از دست ندهید.

مناسب همه گروه‌های سنی
تعداد نفرات
۵ نفر
یک ساعت و نیم پخت

مواد لازم

- سیب زمینی متوسط: ۴ عدد
- پیاز: یک عدد
- گوشت چرخ‌کرده: ۲۰۰ گرم
- تخم مرغ: ۳ عدد
- جعفری خردشده: ۲ قاشق غذاخوری
- پودر سوخاری: ۲ قاشق غذاخوری
- رب گوجه‌فرنگی: یک قاشق غذاخوری
- نمک، فلفل سیاه، پودر سیر و آویشن: به میزان لازم



کوکوسیب زمینی شکم‌پر

روش تهیه

۱. سیب زمینی‌ها را شسته و آب‌پز کنید.
۲. برای تهیه مواد میانی کوکو، پیاز را نگینی خرد کنید و تفت دهید تا طلایی‌رنگ شود.
۳. ادویه‌ها و گوشت چرخ‌کرده را با پیاز مخلوط کنید. پس از سرخ شدن گوشت، نمک و یک قاشق غذاخوری رب را اضافه کنید.
۴. سیب زمینی‌های آب‌پز را رنده و در ادامه تخم‌مرغ‌ها را یکی یکی به آن اضافه کنید. پودر سوخاری، جعفری خردشده، نمک، فلفل سیاه، پودر سیر و آویشن را به مواد اضافه کنید و هم بزنید.
۵. از مواد سیب زمینی به اندازه یک نارنگی کوچک بردارید و در کف دست خود پهن کنید. مقداری از مواد گوشتی را داخل آن ریخته و دوباره کمی از مواد سیب زمینی را روی آن بگذارید.
۶. کوکوها را یکی یکی داخل روغن داغ سرخ کنید.

نکته

استفاده از آب هنگام اندازه‌گیری مواد کوکو باعث می‌شود که مواد به دست شما نچسبند.

کوکوسیب زمینی با سبزی

مناسب همه گروه‌های سنی
تعداد نفرات
۴ نفر
یک ساعت پخت



مواد لازم

- سیب زمینی: ۴ عدد متوسط
- تخم مرغ: یک عدد
- آرد: ۴ قاشق غذاخوری
- جعفری: ۲۰۰ گرم
- فلفل دلمه‌ای سبز و قرمز: هر کدام یک عدد
- پیازچه: ۲ ساقه
- نمک، فلفل سیاه و زردچوبه: به میزان لازم
- پودر سیر، پاپریکا و پودر آویشن: به میزان لازم

روش تهیه

۱. سیب زمینی‌ها را آب‌پز کنید و بعد با گوشتکوب بکوبید تا پوره شود.
۲. جعفری، فلفل دلمه‌ای و پیازچه را ساطوری خرد کنید و همراه تخم‌مرغ، آرد، نمک، فلفل سیاه، زردچوبه، پودر سیر، پاپریکا و پودر آویشن به سیب زمینی‌ها بیفزایید.
۳. پوره سیب زمینی را درون قیف یک‌بار مصرف بریزید و آن را به صورت حلزونی درون تابه ریخته و سرخ کنید.
۴. پس از اینکه یک طرف کوکو سیب زمینی کاملا سرخ و طلایی شد، آن را بر گردانید تا سمت دیگرش نیز سرخ شود.
۵. با استفاده از دستمال حوله‌ای روغن اضافی کوکو را بگیرد.

نکته

برای پف کردن و داشتن کوکوی ترد و پوک، باید تخم مرغ‌ها را در یک ظرف جداگانه هم بزنید تا کاملا صاف و یکدست شوند؛ سپس آنها را به مایه کوکو اضافه کنید.

کوکوسیب زمینی با مرغ

مناسب همه گروه‌های سنی
تعداد نفرات
۳ نفر
۹۰ دقیقه پخت



مواد لازم

- سیب زمینی: ۲ عدد متوسط
- پیاز متوسط: ۲ عدد
- سینه مرغ: یک عدد
- سیر: ۲ حبه
- تخم مرغ: ۲ عدد
- روغن مایع، آرد سوخاری، نمک، فلفل سیاه و زردچوبه: به میزان لازم

روش تهیه

۱. سینه مرغ را همراه با نمک، زردچوبه، یک حبه سیر و یک عدد پیاز بپزید سپس همه مواد را چرخ کنید.
۲. سیب زمینی‌ها را پس از پختن رنده و سیر، پیاز و مرغ را به آن اضافه کنید.
۳. جعفری، نمک، فلفل سیاه، زردچوبه و تخم‌مرغ‌ها را افزوده و خوب با هم ورز دهید تا مایه یکدستی داشته باشید.
۴. پس از آماده شدن، مقداری از مایه را بردارید و با شکل دادن به آن داخل پودر سوخاری بغلتانید.
۵. در ادامه آن را داخل روغن داغ بیندازید و هر دو طرف کوکو را سرخ کنید.

نکته

تا قبل از اینکه تمام کوکوهای دور اول را از ماهیتابه برنداشته‌اید، کوکوی جدیدی در آن نیندازید چراکه روغن زیادی به خودش می‌گیرد.

کوکوسیب زمینی پیتزایی

مناسب بزرگسال
تعداد نفرات
۵ نفر
یک ساعت پخت



مواد لازم

- سیب زمینی: ۵ عدد بزرگ
- شیر: ۴ قاشق غذاخوری
- کره یا مارگارین: ۶۰ گرم
- تره فرنگی خردشده: ۲ عدد
- متوسط پیاز: یک عدد
- پنیر چدار رنده شده: ۱۷۵ گرم
- تخم مرغ: یک عدد
- نان سفید: ۹۰ گرم
- روغن، نمک و فلفل سیاه: به میزان لازم

روش تهیه

۱. سیب زمینی‌ها را با کمی نمک آب‌پز کنید سپس پوست‌شان را بکنید و به صورت پوره دریاورید. در ادامه شیر و کره را بیفزایید.
۲. تره فرنگی و پیازهای خردشده را با کمی نمک به مدت ۱۰ دقیقه آب‌پز کنید سپس پوره سیب زمینی، تره فرنگی و پیاز را مخلوط و پنیر، نمک و فلفل سیاه را به آنها اضافه کنید.
۳. تخم مرغ را شکسته و هم بزنید. مغز نان را نیز در یک کاسه جداگانه بریزید.
۴. مایه کوکو را به ۱۲ قسمت مساوی تقسیم کنید و به شکل تخت در آورید سپس هر کدام را ابتدا در تخم مرغ و سپس در خرده‌های مغز نان فرو ببرید. کوکوها را روی حرارت ملایم گاز سرخ کنید.

نکته

استفاده از پنیر پیتزای در طیف کوکو سیب زمینی، طعم آن را خوشمزه‌تر می‌کند، اما کالری غذا را نیز بالا می‌برد.